が設備別の西西地

(公財)奈良市生涯学習財団 平城西公民館

〒631-0804奈良市神功4丁目25 TEL&FAX: 0742-71-5711

^{令和6年9月発行} 10月 11月

ポ



Ⅰ0~Ⅰ2月に開催(予定)の講座です ※準備中の講座は、変更になる可能性があります。 詳しくはしみんだより、もしくはHPをご確認ください。



きらっとサロン部類

お気軽にご参加ください

日時:毎月第2金曜日

14:00~15:00 内容:偶数月→歌声サロン

奇数月→健康体操(¥100)

対象:市内在住の60歳以上

申込:不要 ※人数制限する場合あり



DVDを見ながらストレッチや 筋力トレーニングを行います

日時:3/29までの毎週土曜日 ※11/23・12/28・1/4は除く

9:30~10:00

対象:市内在住・在勤の成人

申込:不要 ※人数制限する場合あり

30分集中!

朝活DVD体操

平城西公民館! heini倶樂部

土曜日の朝は

10:00~12:00ごろ を開催します

コーヒーなどを飲み ながら交流しませんか? 9月28日 不定期で実施しています。 気軽にご参加ください♪

次回は

たわし作り



今年のおせちは 俺に任せろ!

日時:11/24(日)「洋風おせち」

講師:イタリアン料理&四川料理ナチュラ 野村武司さん・日奈子さん

材料費 500円12/22(日)「和風おせち」

講師:ならやま茶館 谷山鹿郎さん

10:00~12:30

対象:市内在住・在勤の成人男性 16人

〆切:11月12日(火) しみんだより11月号掲載予定

タウンウォークin平城西 ~押熊界隈~

押熊界隈の歴史的建造物・史跡などについて解説を得ながら約3.5kmのコー スを歩きます。

日時:11月28日(木) 10:00~12:00

対象:市内在住・在勤の成人 20人

〆切:11月15日(金)

亚城西

しみんだより11月号掲載予定



知れば知るほど おもしろ文化講座

~六合の中心・大和にせまる~

なぜ大和は「六合の中心」なのか? 常世信仰と黒潮の道から読み解く神武東征

日時:12月7日(土)

13:30~15:00

講師:奈良女子大学特任助教斉藤恵美さん 対象:市内在住・在勤・在学の成人 30人

〆切:11月26日(火) しみんだより11月号掲載予定



出前公民館in右京 ~健康教室編

腸内を綺麗に、からだを 健康に保ちましょう!

日時:12月5日(木) 10:00~11:30

場所:右京ふれあい会館(右京3丁目18)

講師:奈良ヤクルト販売(株) 対象:市内在住・在勤の成人 申込:不要 ※人数制限する場合あり



★奈良ひとまち大学からのご案内★

奈良茶飯がおむすびに! ~「おむすび番旬」の名物秘話~

日時:11月30日(土)

9:00~10:30

みんだより11月号掲載予定

場所: おむすび番旬(光明院町13) 講師:前川都紀さん〜ならやま校区出身の方です

対象:10人

※奈良ひとまち大学のホームページから

お申込みください

10:00~16:00 10:00~15:00 **個台発表** 作品展示 料理販売 子とも向けステージ 平城西公民館自主活動グループ連絡協議会

10月 たのしいイベントいっぱい!

今年も盛りだくさんの内容で 開催します。くわしくは 別チラシをご覧ください

パザー商品提供のお願い

「秋の公民館まつり」で保護犬猫 団体がバザーを実施する予定 です(10月27日実施予定) ご家庭で不要になった商品が ございましたら、平城西公民館 事務室までお持ちください。

平城西公民館自主グループ連絡協議会

神功秋まつり

10月13日(日)に池公園で

開催される

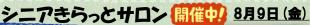
おまつりに

今年も出店

しまーす!

ぜひ遊びに来てくださいね





7月12日(金)・9月13日(金)

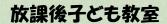
先生?!





暑い中たくさんの 方がお越しください ました。感謝。







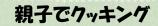
6月19日(水)

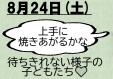
フォークダンス de こんにちは



夏休み子ども陶芸教室











はじめてのウクレレ教室



8月27日(火)開講

たくさんの申込があり 驚いています。 受講できなかった方 申し訳ありません (><)

はじめは ウクレレの 持ち方から

自主グループ めざしてまーす!



自主グループを体験しよう

表情筋を 鍛えるため にも民謡は 効果的なん

14日(土) 日本民謡

9月7日

体験会に 限らず



9月11日 18日(水)



今年も元気に ひまわりが 咲きました。



















11月20日(水) 9~17時

ワックス清掃につき 上記日程は 平城西公民館全室 使用できません

数育宾習

8月末~10月にかけて 奈良教育大学から 教育実習生が2人 来ています。(各4日) 利用者の皆さまに 質問等をすることがある かもしれませんが、ぜひ ご協力くださいね

新着図書

他にも ありますので 気軽にお越し くださいね

図書室は 自習や休憩等で お使いいただ けます

俺たちの箱根駅伝 不便なコンビニ 戦国武将伝 東日本編

軍師たちの日本史 笠置シヅ子 ブギウギ伝説 西郷どん!

永田町のシンデレラ 女の国会

なら町 奇豪列伝 お探し物は図書室まで 剣持麗子のワンナイト推理 裁判官三淵嘉子の生涯

老いた今だから 双風神

国民の違和感は9割正しい 戦国武将伝 西日本編 サザエさん 2024夏 「女性天皇」誕生の謎

池井戸潤 キム・ホヨン 今村翔吾 半藤一利 佐藤利明 林真理子 西川三郎 新川帆立 安達正興 青山美智子 荒川帆立 伊多波碧 丹波宇一郎 今村翔吾 堤三果 今村翔吾

長谷川町子

関 裕二

年末年份の休館日 12月27日(金)~1月6日(月)